

志愿者为特殊教育学校送蔬菜

□文图 本报记者 朱红
见习记者 党梦琦

12月3日是“国际残疾人日”，漯河公益志愿者团队志愿者冒雨来到郾城区特殊教育学校，为学校送来白菜和萝卜等，共计1500多公斤。

上午10时左右，天空飘着细雨，郾城区特殊教育学校门前停着一辆白色小货车，车上用塑料袋整齐装着白菜和萝卜，几名志愿者正在寒风中忙着搬运蔬菜。

由于学校门前正在铺设管道，装满蔬菜的小货车无法进入校园，志愿者便找来一辆电动三轮车，先将蔬菜一袋袋从小货车上搬到三轮车上，然后运到校园内再卸下来。就这样来来回六七趟，终于将蔬菜搬运完毕。



志愿者正在搬运蔬菜。

记者了解到，这些蔬菜均由郾城区龙城镇冢马村驻村工作队捐赠。记者通过电话联系上一位工作人员宋盛辉，他告

诉记者：“入冬以来，村里有些菜农种的蔬菜滞销。我们几个人一商量，就兑钱买了一些白菜和萝卜捐给郾城区特殊教

育学校，既解决了菜农的问题，又帮助了学校，一举两得。”宋盛辉说。

“特别感谢社会爱心人士关心我们学校的孩子们，这些蔬菜帮我们解决了日常菜品所需，够孩子们吃上一段时间了，谢谢。”郾城区特殊教育学校负责人说。



漯河晚报 温暖热线: 3139148

实用宝典

床上用品 多久需要换新

人的一生有三分之一的时间是在床上度过的。拥有一张舒适的床、心仪的枕头和一床柔软的被子可以让我们的睡眠质量有所提高。因此，我们除了会挑选床上用品，更重要的是要了解它们的使用寿命。

床垫

选择床垫应根据你的年龄和体型来选择。有关专家说：优质床垫可以呈现出完美、舒适的睡姿，同时能减轻整个身体压力；由天然材料制成，不含有金属、乳胶或合成纤维；还应有可拆卸的透气罩，放置在配有优质实心板条的床架上，以便提供足够的通风。

因为，我们的身体随着年龄的增长会发生变化，所以应该根据年龄考虑床垫所提供的支撑度。出于卫生和健康的原

枕头

选择心仪的枕头时，应根据自己习惯性的睡眠姿势，做出正确的选择。因为不同的枕头是根据你在夜间的睡姿，用来支撑你的头部和颈部。例如，如果你喜欢侧睡或者你是一个身材魁梧的人，那么高枕头可能最适合你。

枕头是否舒适取决于填充物。如果是微纤维，要确保它柔软、长纤维且高质量的，而不是粗糙的化纤棉填充物。如果填充物是羽毛之类的天然纤维，请确保是否加工处理过。

要让枕头处于最佳的状态每天拍打是必要的，可以有效地让枕头有良好的空气流动，保持纤维的柔软。建议每隔12个月检查一次枕头是否有磨损的迹象。如果感觉枕头变得扁平、凹凸不平、有浮尘的迹象，那可能是有灰尘、螨虫被困在里面。为了自己的舒适

和健康，应更换它们。

床单

选择床单时，应挑选质量好的面料。这样可以季节加以混合搭配。对于床单的使用寿命来说，洗涤很重要。可以根据面料洗涤说明进行清

理。当面料变粗糙或破旧时，就应该更换了。为了能长期使用，请定期更换床单。每个季节，添加新的收藏，但不要将旧的扔掉。更换床单意味着它可以使用更长时间，是一种改变卧室整体风格和视觉的好方法。

晚综



资料图片

特别提醒

鸡蛋大头朝上放 存放时间长

实验表明，在温度4℃~7℃的条件下，鸡蛋的保质期是40天，而冬季室温条件下保质期是15天。鸡蛋买来后，要尽量放在冰箱中保鲜。

储存鸡蛋时，可以采用以下方法：

1.不要一次购买太多鸡蛋，最好吃完之后再买。买太多不但吃不完，还容易产生堆积，引发碎裂。

2.买回来的鸡蛋千万不要用水洗，以免细菌侵入。正确的方法是将鸡蛋装入干燥洁净

的食品袋内，然后放入冰箱货架上存放。

3.鸡蛋存放的方向也需要注意。要大头朝上，直立堆码，不能横放。鲜鸡蛋的蛋白浓稠，能

有效地将蛋黄固定在蛋白的中央。如果鸡蛋横放，由于蛋黄比重比蛋白轻，蛋黄就会上浮，靠近蛋壳，变成贴蛋或靠黄蛋，煮时容易散黄。

晚综



资料图片

支个招

巧开红酒

毛巾开瓶法 用一条毛巾包裹住葡萄酒瓶的底部。将瓶底靠在墙面上，瓶身与墙面保持垂直状态，均匀有力地撞击瓶底，瓶塞便会慢慢地被顶出来。一旦软木塞被顶出一部分后，便可以用手或钳子将其拔出。

钥匙开红酒 钥匙应该是随处可见的东西了。如果找不到开瓶器，建议用钥匙先插入瓶塞中，然后向顺手的方向慢慢旋转，这样就可以把软木塞慢慢地给转出来了。

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话：0395-3132295 3117189 13781707655

家政服务

清爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗
石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

欢迎刊登
分类信息

红丝线婚介

重诚信 讲信誉 服务规范 专业保密
十二周年庆典活动中，优惠多多，
敬请您来参与，欢迎您的垂询！

05632女 26 未婚 1.62米 本科学历 企业行管 端庄秀美
05633女 32 未婚 1.64米 本科学历 文静大方 知书达理
05635女 43 离 婚 1.68米 本科学历 苗条漂亮 善解人意
06459男 27 未婚 1.80米 本科企业 阳光帅气 有车有房
06460男 30 未婚 1.77米 本科学历 宽厚稳重 房宽车靓
06461男 40 离 婚 1.78米 本科机关 成熟稳重 车房齐备
爱情热线：2923599 13069559387 (微信)
QQ:1239969982 丁湾法院路南方法远电脑学校二楼红丝线婚介